

相信很多人对催收有两极分化的态度：

网贷催收“要人命”，信用卡催收“要人钱”。

虽然夸张，但是也很形象说明了人们对信用卡催收的态度，毕竟是银行委托，为银行办事，必须得正规。可是这位负债人的后台留言，直接震惊了我.....

按理来说，不论是银行内催还是银行委托的三方催收，都应该严格按照规章制度办事，毕竟还有银行的制度以及银保监会的管制。而据这位负债人提出的问题，尤其是三方催收让负债人直接下跪和被人借钱的事情，算不算暴力催收呢？

信用卡的暴力催收，主要是指对负债人造成实质上的伤害，比如威胁、谩骂以及绑架勒索等等。

这位负债人遇到的催收，催收方式是打电话，没有实质上的上门以及肢体冲突。语言没有明确的侮辱，但是却让人极其不舒服，可以归类为“软暴力”一类。明显带有侮辱或者不良引导性的内容，对负债人的身心造成一定伤害，能肯定是违规操作

。

虽说如今的信用卡催收，已经被多番整治，整体上还是趋于规范，可“人无完人，事无完美”，毕竟是人操作，人都是有七情六欲的，很难不会有冲突或矛盾。

尤其是银行给予三方催收的压力加大，负债人的回款率变低，很容易激化彼此间的矛盾。类似这位负债人的情况，可以运用法律的武器，合法保护自己的权益。

及时录音保存证据：这位负债人当时没有录音，只是一味陷在了被催收的痛苦中，以及对信用卡催收口中说的话不可置信，竟然忘记了录音。当负债人掌握了录音的证据，不论是投诉还是举报，都是有利的证据，可以维护权益，对违规的催收进行一定处罚。

这要在有合理的、有力的证据前提下。

合理的投诉渠道：首先可以给所在银行的相关人员打电话，说明催收情况，并通过这一特点，看看是否能争取到对自己有利的条件，比如暂时停催，或者是二次分期。

如果不可以，可以借助三方投诉渠道，比如聚投诉、黑猫等等，这些也是相对公正的平台。最后可以通过银保监会的投诉，来合理维权。

综上，其实因为信用卡负债问题，负债人被催收，要有一个平等的协商态度，尽可能和平解决。都是在生活中艰难打拼的人，何苦难为彼此。

负债人要正视债务，不能消极躲避，甚至是以嚣张气焰，试图胜过对方。而信用卡催收也要尊重负债人，尽可能理解对方的问题，把催收当作是一份工作，没必要人身攻击或进行其他伤害。相信这样，也许会减少很多不必要的矛盾。